

## 例

### セヌマさん（所沢）

#### スタイル

- ・ 昼間試験をやるんだから、昼間勉強しよう。（夜中遅くまで勉強して昼間眠いのは×）
- ・ 朝型に切り替え！

#### 学習のポイント

- ・ 当直中の勉強はまあ、無理だと思っておいたほうがよい（出場が多いところは特に）  
⇒でも、出場した症例について、テキストは必ず開くようにした。  
⇒どの症例が多いのかがわかってくる。→多い症例はよくテストにも出る

#### 大切なこと

- ・ 体調管理（家族も含めて）
- ・ 家族のイベント事に気をつけてね。

#### 勉強のやり方（国家試験対策として）

- ・ 厚生労働省等のHPをみて、今話題になっていることをチェック（O157等）
- ・ 要請が多い疾患、人が死ぬ疾患についてはしっかり把握しよう。
- ・ 苦手なところ、覚えられないと感じるところは自分の正文集を作ろう
- ・ 正文集と同時に自分の弱点ノートを作り、それについてまとめよう

### イシダさん（金沢）

#### 勉強することが苦手（じっとしているのが苦手）・・・でもできた。なぜできたか？

- ・ 出場するたびにテキストを開いてその事案について勉強した。
- ・ テキストで学んだことを実際の症例で確認していった。
- ・ 症例を文字で書いて覚えるのではなく、イメージで覚えていった

#### 勉強する時間について

- ・ 子供がいるので、子供の相手や家事で勉強する時間はない  
⇒ので、子供を保育園に預けている時間に、カフェ（スタバ等）で勉強した。  
（非番も気分が乗れば夕方までカフェでやった）

#### 勉強スタイル

- ・ 教科書にすべて書き込んで教科書だけが自分の参考書となるようにした。（他の参考を開いて調べる時間が無駄）
- ・ ひたすら教科書を読んだ。特に教授が大事だよっていったところ（ウメ！とか）

#### 失敗したこと

- ・ 試験の前日、自分の苦手なことだけを集中して勉強して望んだが、山がはずれてほとんど出題されなかった。やまかけするよりも、テスト前は正文集を確認するぐらいにし

たほうがよい

義務化ではなく、もしよければ負担にならない範囲で回答してください。（回答に困る項目は空欄でOK!）

【先輩からのアドバイス】

・お名前

T.S

・入校研修所

エルスタ東京

・入校年

30年度後期

・入校前の成績（上位？中位？下位？）

中の下

・勉強を進めるにつれ、どのように成績が変化したか？

ミニテスト課題、国試過去問を網羅してからだんだん上がってきた

・入校中の成績（1模試や2模試を基準に）

1模試274/275

・そのような成績になるまでどんな勉強をしていったか？

ミニテスト、国試5年分の反復

・勉強し始めたのは入校からどのくらい前？

約1年前から

・入校するにあたって事前に準備しておいた方がよいもの

ミニテスト課題

国試5年分の資料

・救命士標準テキスト以外に授業中などに役立つテキスト（あれば教えてください）

基本的にテキストがあれば問題なし

・ノートパソコンとかはいるか？それはなぜか？

タブレットはあった方がいいと思う。

タブレット内にデータを入れて移動中や暇な時に勉強できるため。

・勉強法（とっておきの勉強方法はありますか？）

ミニテスト、国試、過去模試の反復し、間違えた箇所はテキストで見直す。

・ノートの取り方等（オススメのノートの取り方はありますか？）

ノートはとらないで、付箋やテキストに書き込む！

・シュミレーションについて（アドバイスなどがあればお願いします。）

所属のやり方が通用しないことが多々あるので、臨機応変に対応できると思う。

・授業終了後の自主学習（どのように過ごしていますか？どのくらいの時間どのようなことを勉強していますか？）

毎朝のミニテスト課題の復習。

一般補習や必修補習の問題を解く。

・健康面、衛生面で気をつけた方がいい事（対策や自分がした経験などがあれば）

枕はあった方がいい！

・入校中の休日の過ごし方（どのように過ごしてますか？）

買い物や飲み！

・入校中の休日の勉強量（休日は勉強していましたか？どのくらいしていましたか？）

休日は気分転換！

・講義の受け方（どのように講義を受ければいいですか？それはなぜですか？）

点と点を繋げる感じでしょうか。

(今まで漠然と暗記していたことが講義を受けることによって繋がってくる。)

・入校中の問題点、悩み。

・その他アドバイス

### 【先輩からのアドバイス（仮）】

・お名前

Y.F

・入校研修所

ELSTA東京研修所

・入校年

2018年前期

・入校前の成績（上位？中位？下位？）

おそらく上位(300人中30位辺りには居るか)

・勉強を進めるにつれ、どのように成績が変化したか？

入校中にこのサロンに入ったのである程度の勉強方法は確立していた。語呂合わせを使い順位1割はキープし続けていたはず。

・入校中の成績（1模試や2模試を基準に）

1,2模試はハッキリ言って暗記力勝負なので得点率95%は超えていないと勉強時間が足りないかなと。3模試からが実力勝負。

偏差値 1模試58.3、2模試59.8、3模試61.9、4模試66.4、5模試64.0

・そのような成績になるまでどんな勉強をしていたか？

ミニテストの勉強、語呂合わせ、模試過去問、ノートはルーズリーフではなく教科書に書き込んだり付箋を貼ったり

・勉強し始めたのは入校からどのくらい前？

本格的には1年前から

・入校するにあたって事前に準備しておいた方がよいもの

お金、国試5年分の過去問、模試過去問

・救命士標準テキスト以外に授業中などに役立つテキスト（あれば教えてください）

からだの地図帳を買ったが、テキスト以外は開くこと無かった

・ノートパソコンとかはあるか？それはなぜか？

パソコンやタブレットはあった方が良い(資料をもらったり、自身の救活や総合想定 of 訓練動画を見るのに必要)

・勉強法（とっておきの勉強方法はありますか？）

テキストを読む→問題解く→テキストを読むの繰り返し。過去問の肢を全て正答変換

・ノートの取り方等（オススメのノートの取り方はありますか？）

ルーズリーフとかは見直すのが大変なので教科書に書き込み

・シュミレーションについて（アドバイスなどがあればお願いします。）

入校までに一通り器具は触り、流れも軽く覚えておくと入校後は少し楽。あとは入校後の課外訓練でなんとかなる

・授業終了後の自主学習（どのように過ごしていますか？どのくらいの時間どのようなことを勉強していますか？）

ミニテストの勉強があるので普段はそのくらい、模試前に過去問を解いたくらい。あとは飲み会で楽しく過ごした

・健康面、衛生面で気をつけた方がいい事（対策や自分がした経験などがあれば）

前期は特になし

・入校中の休日の過ごし方（どのように過ごしていますか？）

観光や飲み会

・入校中の休日の勉強量（休日は勉強していましたか？どのくらいしていましたか？）

次の日のミニテストの勉強、模試の課題(肢の正答変換)

・講義の受け方（どのように講義を受ければいいですか？それはなぜですか？）

国試合格だけなら普通に聞いていけば良いかと。教授によっては現場で役に立つ話をしてくれるのでそこは見極めて授業を受けるとよい

- ・ 入校中の問題点、悩み。

  - 金欠問題

- ・ その他アドバイス

前期入校が東京生活を楽しめていいと思う。後期だと国試のプレッシャーで楽しめない可能性がある。